

# Úvod do fyzioterapie II

FYZIOTERAPIE  
FSPS, MUNI

KLÁRA ŠOLTÉS MERTO VÁ  
380423@mail.muni.cz



# Kraniosakrální terapie

- ▶ Vyvinula se z klasické osteopatie
- ▶ Klade důraz na zdraví a jeho projev = životní síla
- ▶ Rovnováha všech úrovní emocionální, tělesnou a mentální
- ▶ Pracuje pomocí doteku
- ▶ Nejedná se o masáž

<https://www.youtube.com/watch?v=eooWyOafjD0>

# Kraniosakrální terapie

- ▶ Průběh ošetření:
  - ▶ Úvodní rozhovor
  - ▶ Zajištění pohodlí na masážním stole
  - ▶ Úvodní usazení
  - ▶ Dotek a hlubší usazení
  - ▶ Léčebné procedury
  - ▶ Integrace
  - ▶ Závarečný rozhovor
  - ▶ Po ošetření

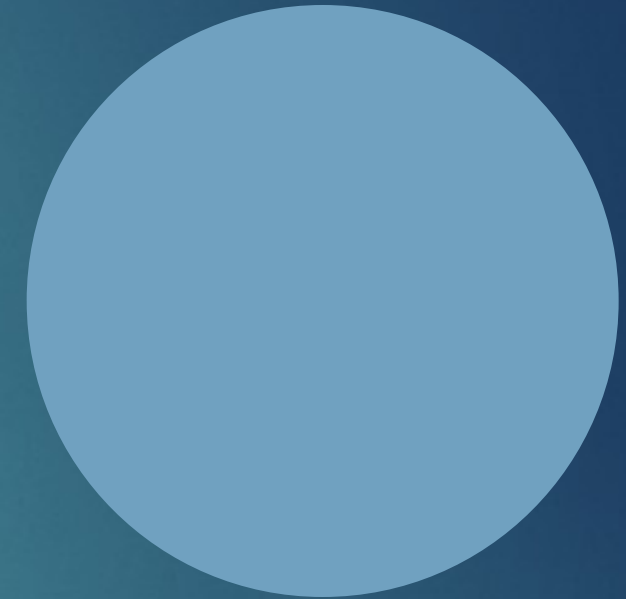
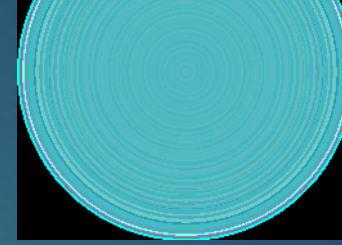
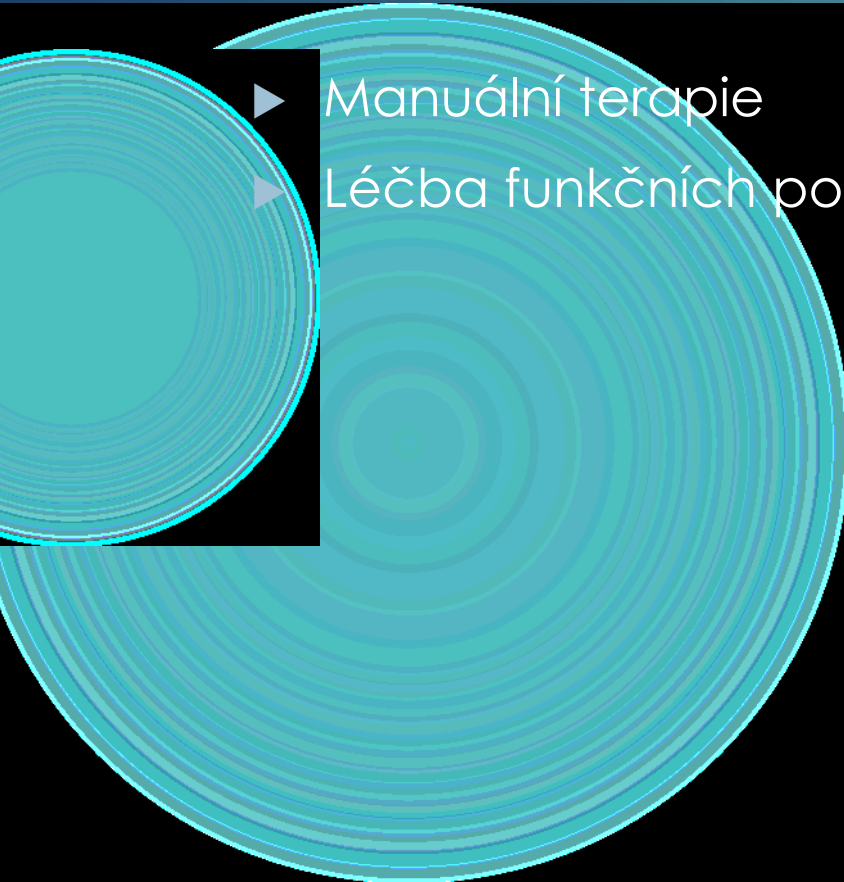


<https://www.kranio.eu/wp-content/uploads/2015/05/0391web.jpg>

# Maitland koncept

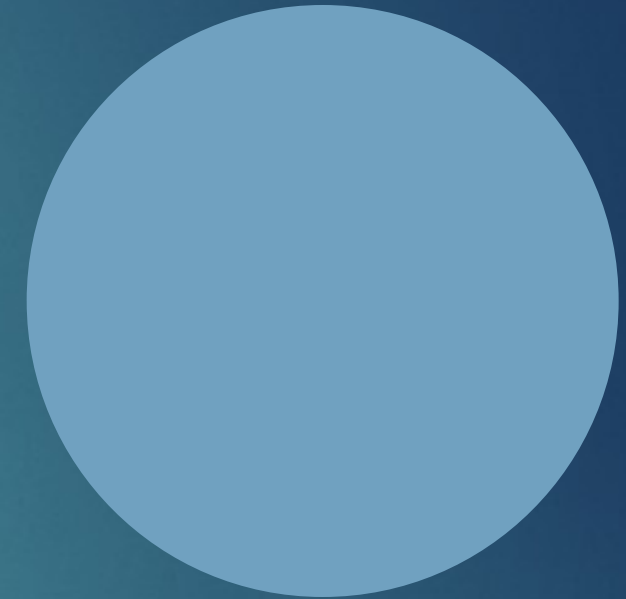
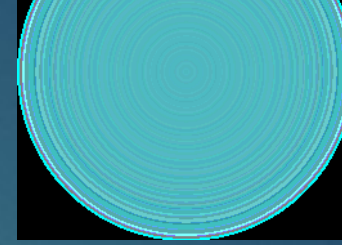
▶ [https://www.youtube.com/watch?v=G\\_QI7bVrHN0](https://www.youtube.com/watch?v=G_QI7bVrHN0)

- ▶ Manuální terapie
- ▶ Léčba funkčních poruch pohybového aparátu



# Maitland koncept

- ▶ Accessory Movement
- ▶ Physiological Movement
- ▶ Overpressure
- ▶ Injuring Movement
- ▶ **Red flags!**
  - ▶ cancer, recent fracture, open wound or active bleeding, infective arthritis, joint fusion

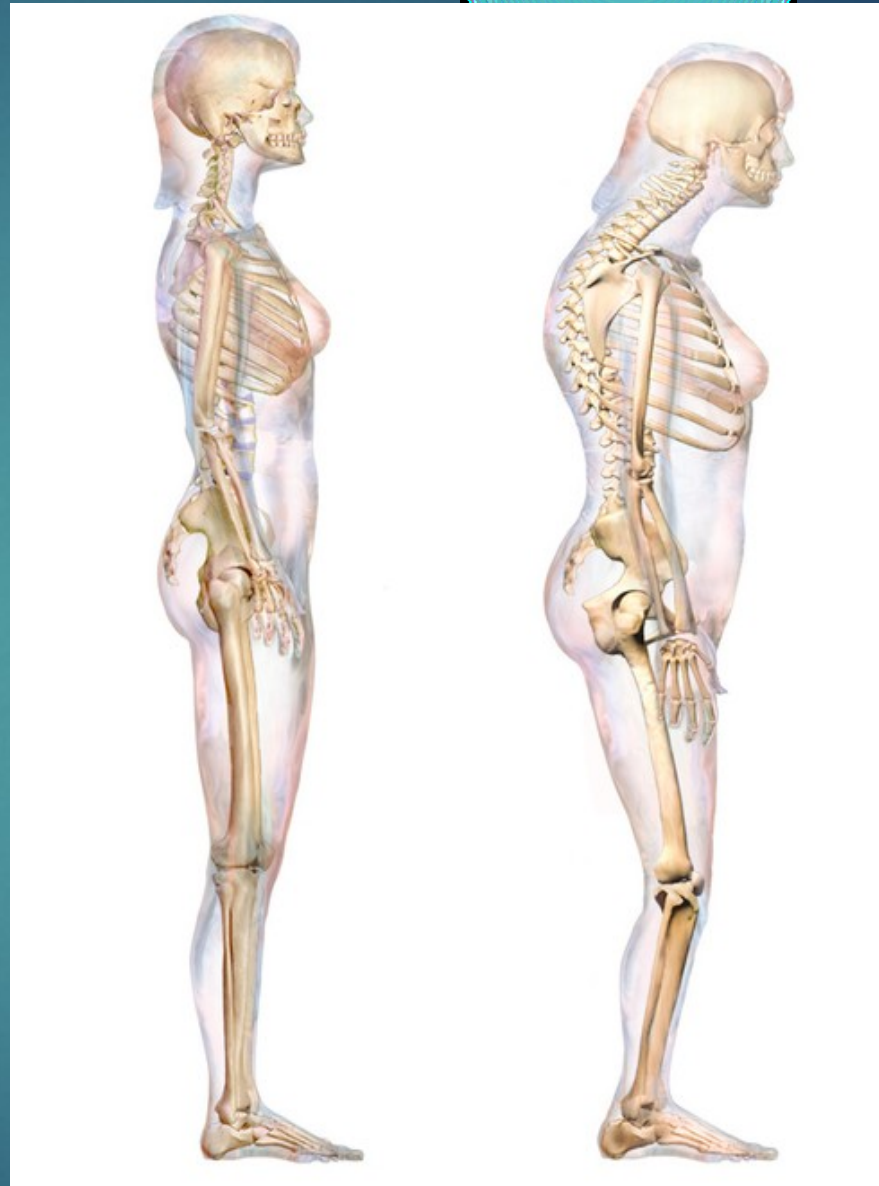


# Škola zad

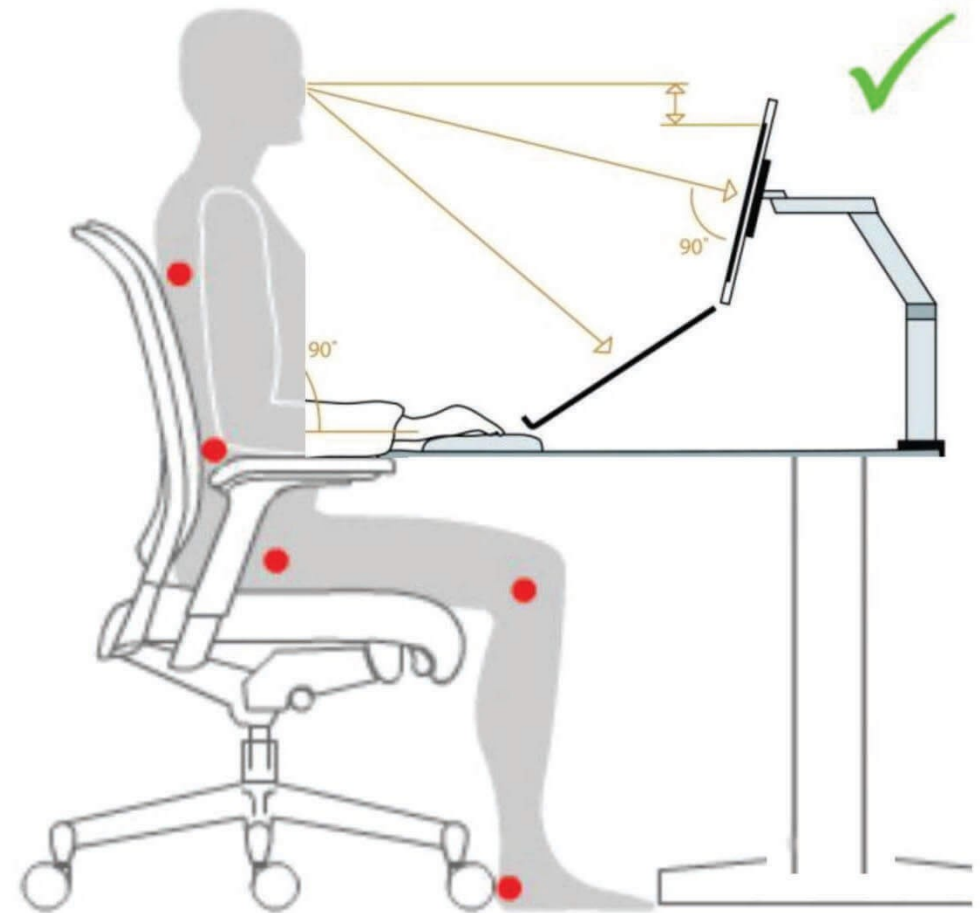
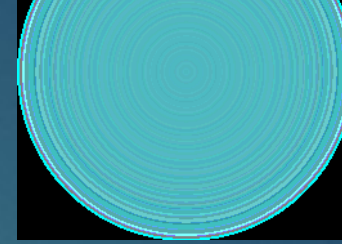
- ▶ Od počátku 70. let 20 st. Ve Skandinávii a Severní Americe – tréninkové programy back schools
- ▶ Cílem:
  - ▶ Primární/ sekundární prevence funkčních a degenerativních onemocnění páteře
  - ▶ Didaktické a metodické postupy cílené na obtíže páteře
  - ▶ Řada škol zad - společný základ

# Škola zad

- ▶ Praktické provádění
  - ▶ Skupinovou formou
  - ▶ Nácvik ADL aktivit
  - ▶ Cílené formy cvičení



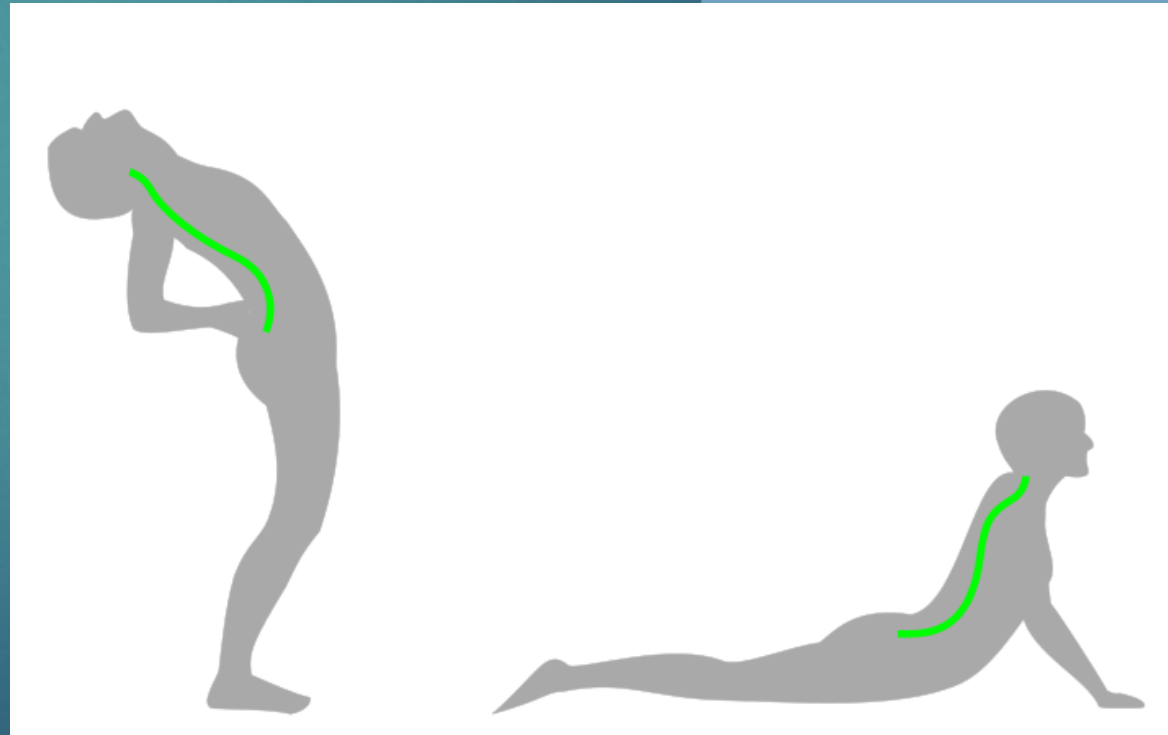
# Škola zad





# Mckenzie

- ▶ Zaměřuje se na vertebrogenní obtíže
- ▶ Rozištuje tři skupiny bolestivých syndromů
  - ▶ Syndrom vadného držení
  - ▶ Dysfunkční syndrom
  - ▶ Syndrom narušení



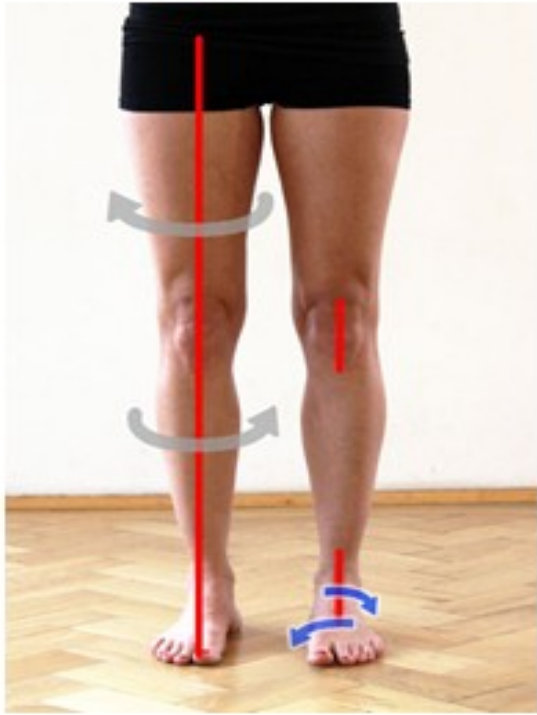
# Mckenzie

## ▶ Terapie:

- ▶ Naučit se eliminovat pohyby/držení těla při nichž se dostavují nebo zhoršují bolesti
  - ▶ Cvičení po 10ti opak., které redukuje bolest
  - ▶ Cvičení k protahování zkrácených svalů a vazů
  - ▶ Nácvik a vědomé udržování správného držení těla
- ▶ SF Talk
- ▶ <https://www.youtube.com/watch?v=gPGGaBtZ6O4>

# Spiraldynamik

- ▶ Vznikl počátkem 80. let 20. století
- ▶ Zakladateli: Yolande Deswarte (francouzská fyzioterapeutka)  
dr. med. Christian Larsen (švýcarský lékař)
- ▶ Zabývá se držením a koordinací pohybového aparátu
- ▶ Základem 3D anatomie
- ▶ Nadřazené přírodní principy (POLARITA, SPIRÁLA)
- ▶ V ČR se koncept začal vyučovat od roku 1996
- ▶ <https://www.youtube.com/watch?v=fxkmHfHPOBk>



**1: Balanced and straight axis of the leg: Stability through spiral-like counter-rotation.**  
 The upper thigh turns outwards, the lower leg turns in the opposite direction. This counter-rotation is mirrored in the foot. The heel bone turns outwards, the forefoot inwards.



**2: Bow legged (Varus alignment):** Here the counter-rotation is lacking. Both upper thigh and lower leg turn outwards. The foot turns outwards as well.



**3: Knock-kneed (Valgus alignment):** Here the counter-rotation is lacking as well. Both upper thigh and lower leg turn inwards. The foot turns in as well.



<https://www.yogaguide.at/news/workshop-spiraldynamik-yoga-eva-hager-forstenlechner-wien>



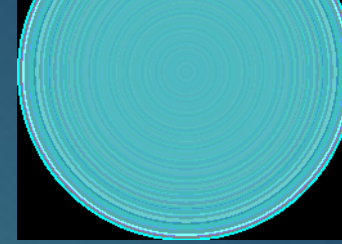
<https://www.spiraldynamik.com/berlin/training.htm>

# SM systém

- ▶ "Stabilizační a Mobilizační Systém,,
- ▶ SM systém je vhodný pro lidi s problémy bolesti zad
- ▶ Sestavy cviků dle MUDr. Richarda Smíška
- ▶ Spirální svalové řetězce

▶ [https://www.youtube.com/watch?time\\_continue=8&v=r0x1gKKkvdC](https://www.youtube.com/watch?time_continue=8&v=r0x1gKKkvdC)

▶ <https://www.youtube.com/watch?v=S95RS1WoUnU>



# SM systém



# SM systém



<http://www.rehabilitace-vrsovice.cz/aktuality/7-sm-system-dle-mudr-smiska>



# Fyzioterapie v preventivní péči

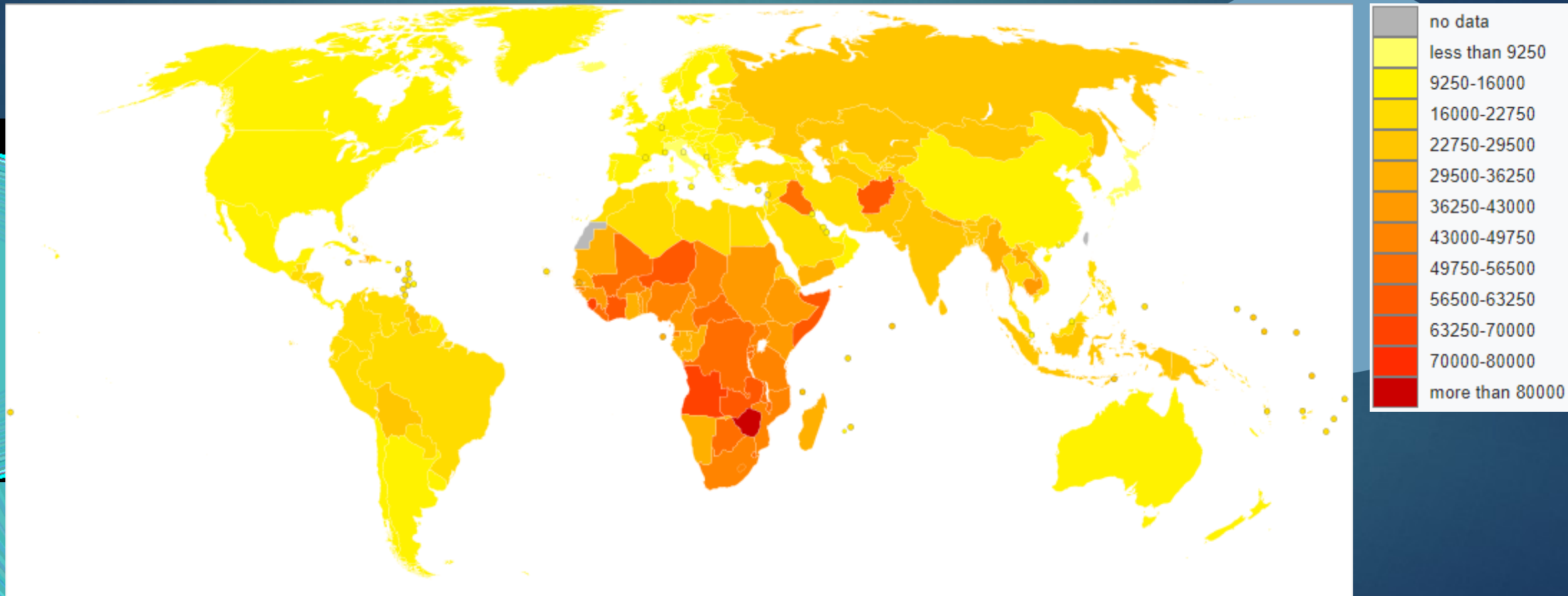
- ▶ Zmírnit důsledky některých civilizačních onemocnění
- ▶ Úprava životního styl a utvoření potřebných pohybových návyků
- ▶ Primární prevence
- ▶ Sekundární prevence
- ▶ Terciární prevence



# Disability-Adjusted Life Years

- ▶ Znázornění dopadu určitého onemocnění na ekonomickou aktivitu populace byl v roce 2000 zaveden ukazatel DALY
- ▶ Číslo znázorňuje počet let života poznamenaných onemocněním
- ▶ V relativních číslech (nejčastěji na 100 000 obyvatel)

# DALY WHO



# DALY WHO

## DALY

Disability Adjusted Life Year is a measure of overall disease burden, expressed as the cumulative number of years lost due to ill-health, disability or early death

$$= \text{YLD} + \text{YLL}$$

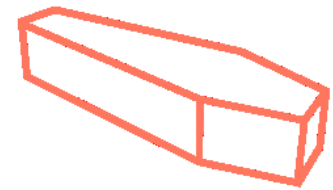
Years Lived with Disability + Years of Life Lost



Healthy life



Disease or Disability



Early death

Expected life years

# Doporučená literatura

- ▶ *Epidemiologie: výukové texty pro studenty 1. LF UK*. Praha: Karolinum, 2002. ISBN 80-246-0383-7.

- ▶ <https://www.kranio.eu/>

- ▶ <https://www.imta.ch/en/the-maitland-concept/>

- ▶ [https://www.who.int/healthinfo/global\\_burden\\_disease/metrics\\_daly/en/](https://www.who.int/healthinfo/global_burden_disease/metrics_daly/en/)

- ▶ Speciální fyzioterapeutické koncepty a metody. Edited by Dagmar Pavlů. 2. opr. vyd. Brno: Akademické nakladatelství CERM, 2003. 239 s. ISBN 8072043129. info

- ▶ PAVLŮ, Dagmar. Speciální fyzioterapeutické koncepty a metody. 1. vyd. Brno: Akademické nakladatelství CERM, 2002. 239 s. ISBN 8072042661. info